УСПЕШНЫЙ ВЫБОР

(206) 496-3134 rekl_ama@yahoo.com Ноябрь, 1, 2013 пропаганда здорового образа жизни

Слово редактора

Первое, о чем должен думать человек, который хочет достичь успеха, - это цель. Человеку всегда нужно знать для чего он живет, какие задачи ставит по жизни. Без этого мы просто плывем по течению.

Для достижения успеха следует ставить для себя конкретные цели, реально знать, чего ты хочешь достичь, к чему стремишься и только тогда ты на самом деле достигнешь намеченных результатов. Итак, всё начинается с цели.

Цели у каждого свои: большие, огромные цели или одна цель. Психологи советуют для большей наглядности конкретизировать свою цель на бумаге. Кроме того, что записать основную цель, нужно сформулировать подцели – мини-руководства для достижения желаемого результата. Здесь важен постоянный самоконтроль в плане того, что Вы сделали для достижения цели, чувствовать в каком направлении и с какой скоростью Вы идёте к ней. В этом случае Вы будете стремиться и постоянно приближаться всё ближе и ближе. Иначе можно топтаться на месте или идти в другом направлении. Здесь важен контроль того, насколько Вы приблизились к своей цели. Отмечайте это продвижение и радуйтесь. Так Вы всегда будете идти вперёд, и мотивировать себя. Продвижение вперёд самый лучший мотив идти дальше с ещё большими силами.

Иногда придётся изменяться, подстраиваться под цели. Это очень важно – научиться изменять свои планы, строить новые, более подходящие для сложившихся ситуаций, т.е. быть гибким в своём движении к заветному результату. Говоря о целях, мы отмечали, что они могут быть большими или даже грандиозными, главное чтобы реальные. В основном люди себя недооценивают, поэтому и преуменьшают свои желаемые результаты. Планируйте чуть больше, чем Вы ожидаете. Здесь важно знать меру, ведь значительная переоценка может привести к негативным эмоциям, что совсем нежелательно. Главное желать

Sergei Mironchuk (206) 496-3134



Заставьте свое сокровище работать на вас. Превратите его в своего раба. Пусть оно плодит детей, которые тоже станут работать на вас. Обеспечьте себе доход на будущее. Обратите свои взоры на людей пожилых, помните,что пройдут годы — и вы пополните их ряды. Поэтому вкладывайте свои деньги с осторожностью, чтобы не потерять их.

Деньги — мерило общественного успеха.

Деньги дают возможность вкусить высшие радости, которые дает жизнь.

Деньги любят тех, кто понимает простые законы, их накопления.

Сегодня деньги подчиняются тем же законам, что правили миром капитала еще в Древнем Вавилоне шесть тысяч лет тому назад.

1. СЕМЬ ПРАВИЛ ОБОГАЩЕНИЯ
2. ПРАВИЛО ПЕРВОЕ Начните пополнять кошелек
3. ПРАВИЛО ВТОРОЕ Контролируй свои расходы
4. ПРАВИЛО ТРЕТЬЕ Преумножай богатство
5. ПРАВИЛО ЧЕТВЕРТОЕ Береги свое богатство от потерь
6. ПРАВИЛО ПЯТОЕ Превратите свое жилище в прибыльное предприятие
7. ПРАВИЛО ШЕСТОЕ Обеспечь доход на будущее
8. ПРАВИЛО СЕДЬМОЕ Совершенствуй умение зарабатывать

Подробности на стр. 3

"A child who is allowed to be disrespectful to his parents will not have true respect for anyone." -Billy Graham



Elena E. Tsiprin, Esq.
Personal Injury and Immigration Law

Awarded July 2013

As Recognized in Seattle Met Magazine







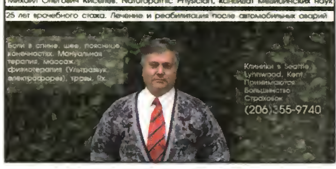
Super Lawyers®















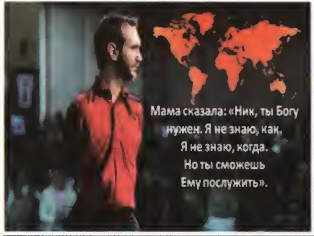


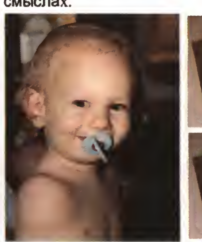
Жизнь без границ. Путь к потрясающе счастливой жизни Ник Вуйчич

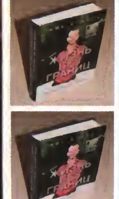
Ник Вуйчич родился без рук и ног, но он вполне независим и живет полноценной и насыщенной жизнью: получил два высших образования, самостоятельно печатает на компьютере со скоростью 43 слова в минуту, занимается серфингом, увлекается рыбалкой, плавает и даже ныряет с трамплина в воду.

Его книга – это вдохновляющий, эмоциональный рассказ о том, как преодолеть трудности, отчаяние, поверить в себя и стать счастливым.

Автобиография человека, родившегося без рук и ног. Ник откровенно рассказывает о своих физических проблемах и переживаниях, о том, как ему было нелегко смириться со своим состоянием. Ему потребовалось немало лет, чтобы научиться видеть в своих проблемах не препятствие, а возможность роста, ставить перед собой большие цели и всегда добиваться желаемого. Без рук и ног, он научился подниматься во всех смыслах.







Рецепты романтического ужина

Спинка барашка под шубой



Ингредиенты:
600 гр. филе из спинки барана (без костей); перец; соль; 1 средней величины кочан савойской капусты; 2 тонких ломтика сала с мясными прожилками; 4 ст. л. сливочного масла; 1 луковица; мускатные орехи, нарубленные кубиками.

Соус: 60 гр. сливочного масла; 6 ст. л. портвейна; 1 зубчик чеснока; соль; перец; 1 щеп. сахара; лимонный сок.

Приготовление:
Филе баранины поперчить и *посолить*. Отделить от кочана 8 самых красивых листьев, посолить, поперчить, неплотно завернуть в мокрое полотенце и 2 минуты бланшировать в кипящей воде или в микроволновой печи (600 Вт, 2 минуты). Обдать холодной воды, покрыть ломтиками сала.

Сверху положить филе баранины и завернуть в листья капусты. Стыком вниз поместить в огнеупорную форму, положить 2 «Снежинки» из сливочного масла и накрыть крышкой. Жарить в предварительно нагретой духовке или в режиме: гриль с обдувом и микроволны. Лук потушить с 2 ст. л. сливочного масла на сковороде или в микроволновой печи (600 Вт, 3 минуты). Оставшуюся капусту нарезать мелким резальным диском и добавить в лук. Хорошенько перемешать и потушить.



20 интересных фактов из мира бизнеса.

1. Сегодня Amazon продает 158 товаров в секунду
2. Volkswagen является владельцем Bentley, Bugatti, Lamborghini, Audi, Ducati и Porsche
3. В 1997 году Yahoo отклонил предложение о приобретении Google всего за $ 1 млн. Сегодня Google стоит $250 млрд 4. Около 92% всех поп-песен
5. Слова "face", "book", "wall", "poke" и "like" зарегистрированы Facebook, как торговые марки
6. Для каждого человека на Земле компания Lego создала более чем 50 деталек
7. «Gangnam Style» — первое видео, которое когда-либо набравшее миллиард просмотров в Youtube
8. Британские парикмахеры-стилисты использует сперму быков, как кондиционер для волос
9. McDonald's в 2010 году уволил 155 сотрудников только из-за того, что они раздавали остатки пищи бездомным.
10. Стив Джобс был исполнительным продюсером мультфильма «История игрушек»
11. В Facebook около 25 миллионов аккаунтов уже умерших людей

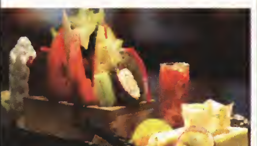
11 1/2. Люди без высшего зарабатывают в 2-3 раза больше, чем другие, проходя этот тренинг.

12. В Финляндии штраф за превышение скорости определяется годовым доходом водителя. Однажды, мужчина получил $ 200,000 штрафа
13. В этом году в День благодарения был самый низкий рейтинг просмотра порно онлайн
14. Louis Vuitton нельзя купить как дисконт. Не проданный товар компания просто сжигает
15. Лео Фендер, создатель гитар Fender, никогда не умел играть на гитаре
16. Средне статистический работник продуктивен около 3,5 часов в понедельник
17. Те деньги, которые были потрачены в Черную пятницу, могли бы прокормить голодающих детей всего мира в течении 2ух лет
18. Бил Гейтс каждую секунду зарабатывает $250
19. Джон Рокфеллер был в 4–5 раз богаче нынешнего самого богатого человека в мире 20. Кубик Рубик самый продаваемый товар во все времена. На втором месте iPhone



Euro Food & Deli
Новый Русский Магазин
ЕЖЕДНЕВНО С 9 ДО 9
EURO
FOOD & DELI
1505 SW 344 Str. Federal Way WA. 98003
(253)835-9998
Добро пожаловать в наш продуктовый магазин! Вы можете купить качественные русские продукты, познакомиться с Русской кухней, испытать и попробовать великое множество вкуснейших рецептов и найти море полезной, здоровой и ароматной продукции. Мы предлагаем Вам настоящие шоколадные конфеты, свежую выпечку, полезные молочные продукты, домашний русский хлеб и множество других продуктов высшего качества из самого сердца Европы.
РЫБА
ЗАМОРОЖЕННАЯ
ЗВОНИТЕ 24/7
360-388-5302
БОЛЬШОЙ ВЫБОР
ЛУЧШИЕ ЦЕНЫ
ДЕШЕВЛЕ ТОЛЬКО В МОРЕ





Функция богослужения - сделать нас более чувствительными к глубинам жизни; сосредоточить, обострить, углубить наши отношения к миру и другим людям, вывести эти отношения за пределы непосредственной заинтересованности (личного расположения, выгоды, служебной ответственности и т.д.) к всеобъемлющему участию;





С каждым годом появляется все больше различных сервисов, которые позволяют не только совершать путешествия по миру, но и побывать внутри множества музеев, галерей искусств, соборов и храмов. Благодаря этому теперь не составит труда наведаться, например, в Берлинскую картинную галерею, Версаль или национальную галерею Лондона







MARVEL
Food & Deli

European Market

Мы предлагаем вам широкий и свежий ассортимент Европейских продуктов....

~Вкусные Торты и Пирожные
~Дневную Выпечку Хлебобулочных Изделий
~Свежие Фрукты и Овощи
~Сыры и Колбасы
~Кулинария
~Горячая Линия Обедов
~и многое другое...

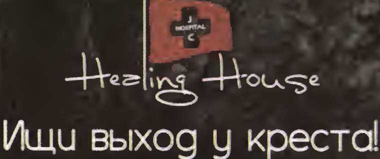




Auburn Location: 253-887-8181
Tacoma Location: 253-537-1008
Email: office@marvelfoodanddeli.com

For more information, directions, photos, and more...
www.marvelfoodanddeli.com

Мы готовы разделить твою боль!



Sun 7:00 PM
Вс 19:00

540 Bridges Ave S
Kent WA 98032